



野菜鍋

作り方⑧



<材料>

白菜150g キャベツ150g 大根100g にんじん100g しめじ100g
ちくわ1本 鶏もも肉300g

<調味料A>

信州産りんご入り「白菜鍋」甘口150g

【作り方】

- ① 白菜は葉と茎に分け、茎は縦半分にしてそぎ切りにし、葉は5等角切りにする。
- ② キャベツは芯と葉に分け、芯斜め薄切りにし、葉は4等角切りにする。
- ③ 大根は皮をむいて3等幅の半月切りにする。(太いものはちょう切りにする)
- ④ にんじんは短冊切りにする。
- ⑤ しめじは根元を切り落として小房に分ける。
- ⑥ ちくわは斜め切りにする。
- ⑦ 鶏もも肉は余分な脂を取り除いて厚さをそろえ、そぎ切りにしてボウルに入れ、**信州産りんご入り「白菜鍋」甘口150g (1袋)**を加えてまぜ10分つける。
- ⑧ 土鍋(9号)に、キャベツ、白菜の軸を敷いて鶏肉を並べ入れる。鶏肉をつけて空いたボウルに酒50ccを入れてみそを洗い落して加える。
- ⑨ ⑧にちくわ、大根、白菜の葉、にんじん、しめじの順に載せ、水650ccを加えて煮る。
- ⑩ 煮立ったら、ふきこぼれない程度の火加減にして火を通す。